

# Stop

Chronic liver disease 慢性肝臓病

# CLD

ALT over  
**30** U/L



©NARA pref. 承認番号: 奈せ第22-065号

肝機能の数値が基準内でも、肝炎が進行しているかもしれません。

肝臓は「沈黙の臓器」と呼ばれ、肝炎が進行していても自覚症状がないことが珍しくありません。  
また、高齢になると病状の進行が早くなります。



肝細胞が傷つくと細胞内のAST、ALTが漏れ出して、血管内に移行して数値が上昇します。

特にALTは他の臓器にあまり含まれていないため、その血液中の高さは肝障害を反映します。



第59回日本肝臓学会総会

奈良宣言2023

奈良30・40宣言

—日本肝臓学会は、U-40のサポートを宣言します—

# 1. 「奈良宣言2023」とは？

特に一般的な健康診断でも肝機能検査として血液検査で広く測定されている  
**ALT値が30を超えていた場合**、まずかかりつけ医等を受診することを勧めています。



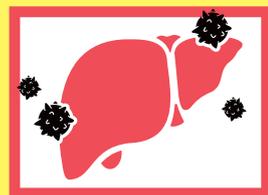
# 2. 目的は何ですか？

かかりつけ医による採血や腹部超音波検査などを受け、必要と判断されれば、さらに消化器内科におけるより詳しい検査を受けることで、**肝疾患の早期発見・早期治療に繋げるため**です。



# 3. どのような原因があるのですか？

近年、肝臓病でも頻度が高かったウイルス性肝疾患(特にB型肝炎やC型肝炎)の治療方法は進歩し、高い可能性で肝臓病から命を守ることができる時代となりました。しかし、肝臓は沈黙の臓器と呼ばれ、肝臓病は病状が進行して、肝硬変や肝臓がんに進行して、疲れやすい、顔色が悪い、お腹が張ったなどといった進行した症状で初めて肝臓病が見つかる人も少なくありません。最近、特に生活習慣病を基盤とする、いわゆる**脂肪肝(非アルコール性脂肪肝炎(NASH)やアルコール性肝疾患)**などが進行して肝硬変や肝臓がんに至ることも増えており、注意が必要です。



健康診断などの血液検査で肝機能を示す**ALT値がもしも30を超えていたら、慢性肝臓病(CLD)\***が隠れているかもしれません。

✓ ALT > 30



かかりつけ医を受診しましょう

肝炎ウイルス検査が陽性  
(HBs抗原やHCV抗体)

ウイルス性肝炎が疑われます

● 肥満・糖尿病・脂質異常症・高血圧を合併している  
● 脂肪肝がある

● 血小板数 20万/mm<sup>3</sup>未満  
● FIB-4 index 1.3以上

肝線維化を伴う脂肪肝が疑われます

【飲酒量】

● 男性: 60g/日以上  
● 女性: 40g/日以上  
かつ、ASTやγGTPが異常値

アルコール性肝障害が疑われます

● 薬物性肝障害の疑い  
● 自己免疫性肝疾患の疑い  
・自己免疫性肝炎  
・原発性胆汁性胆管炎  
● 原因不明

その他の原因による肝障害が疑われます



診療連携



消化器内科などの専門診療科で肝臓に関する詳しい検査を受けて、肝臓病を悪化させないために、できるだけ早く適切な定期検査や治療を受けましょう。

\*「Chronic liver disease: CLD」…慢性肝臓病の英語のChronic(慢性)+Liver(肝臓)+Disease(病気)の頭文字をとってCLD(シーエルディ)と呼称しています。肝炎ウイルスや脂肪肝、アルコール、免疫異常等の何らかを原因として肝臓が長期にわたり炎症とその修復機転で起こる線維化によって肝臓が持続的な障害を生じている状態で、進行すれば肝硬変といった肝臓の機能不全状態や肝がんの成因となり得ます。